



ASLC CYCLO - PARCOURS

JUILLET 2023

Rendez-vous **A LA MAIRIE**

	N°	Parcours	Distance	Nbr de fois	Temps moyen	Nbr de cotes	Derniere Date
Dimanche 2 Juillet 2023	Masculins						
		N° OPENRUNNER: 653952 // cliquer ici					
	56 2	Cierrey - Le Coudray - Evreux - Navarre - Arnières - Le Moussel - La Bonneville - Glisolles - St Elier - Conches - D61 - La Mare Sèche - Ste Marguerite de L'Autel - D23 - Breteuil - Nuisement - Villalet - La bochelle - grohan - Le Plessis Grohan - Les Ervolus - Berou - Guichainville - Cracouville - St Aubin - Cierrey	85	10	3:30	1 Denivelé 536m	19-sept-21
	Féminines						
		N° OPENRUNNER: 16459882 // cliquer ici					
	56 3	Cierrey - Le Coudray - Evreux - Navarre - Arnières - Le Moussel - La Bonneville - Glisolles - St Elier - Conches - Le Fresne - Orvaux - Villalet - La bochelle - grohan - Le Plessis Grohan - Les Ervolus - Berou - Guichainville - Cracouville - St Aubin - Cierrey	60		3:30	1 Denivelé 381m	
Dimanche 9 Juillet 2023	Masculins						
		N° OPENRUNNER: 4110582 // cliquer ici					
	275	Cierrey - Boncourt - Ruffey - Le Haut Croisy - St Aquilin - Fains - Merey - Garennes - à gauche et à droite - à droite - D62 - Nantilly - à droite - traverser le golf - La Chaussée d'Ivry - route du roi - Anet - prendre à droite après la rte du roi - D162 - attention avant de traverser le petit pont - Ezy - à gauche sur D 143 - Direction La Couture - en bas de la cote prendre à gauche - à gauche - D 68 - à droite D143 - Croth - Marcilly - à droite - Le val Leger - Le Bremien - Illiers Lévêque - Coudres - Les Authieux - direction la foret du parc - à gauche D32 - Jumelles - Grossoeuvre - Prey - Saint Luc - La Trinité - Cierrey	79	3	3:30	1 Denivelé 296m	18-sept-22
	Féminines						
		N° OPENRUNNER: 16460386 // cliquer ici					
	275 3	Cierrey - Le val David - Garencières - Quessigny - St André - Vers Champigny la Futelaye - La Héroudière - Gratheuil - - Illiers Lévêque - Pinson - D53 - Coudres - Les Authieux - direction la foret du parc - à gauche D32 - Jumelles - Grossoeuvre - Prey - Saint Luc - La Trinité - Cierrey	58		3:30	0 denivelé 279 m	

Vendredi 14 Juillet 2023		N° OPENRUNNER:6772337 // cliquer ici Cierrey - St Aubin - Cracouville - guichainville - Bérou - Les ervolus - Grohan - La Bochette - Villez - Le Gerier - vers Thomer - Corneuil - La Gatine - Hameau de creton - Ecorchevez - Moisville - Beaucé - Chavigny Bailleul - Bailleul - Le Faily - La Perruche - Grosseuvre - Prey - St Luc - La Trinité - Cierrey	62	6	2:30	0 denivellé 275m	12-nov-22
Dimanche 16 Juillet 2023	Masculins						
Départ 8h30	53 C	N° OPENRUNNER: 1467658 // cliquer ici Cierrey - Gauciel - Jouy sur Eure - Cocherel - Vernon - Giverny - Litmetz - Bennecourt - Bonnières - Lommoye - Cravent - Villers en Désoeuvre - Bueil - Neuilly - Epieds - la Boissière - Bretagnolles - Boisset les Prévenches - le Cormier - le Val David - Cierrey	77	1	3:30	3 Denivellé 684m	25-mars-12
	Féminines						
Départ 9h00	152	N° OPENRUNNER: 3016783 // cliquer ici Cierrey - Bas Cierrey - Miserey par CIT - Boncourt - Ruffey - Le Haut Croisy - Croisy (D71) - St Aquilin - Merey - Garennes - Ivry - (piste cyclabe) - Ezy - (D163) La couture Boussey - Epieds - La Boissière - Bretagnolles - Boisset les Prevenches - Le Cormier - Le Val David - Cierrey	56			1 denivellé 388m	5-juin-22
Dimanche 23 Juillet 2023	Masculins						
Départ 8 H 30	59 2 env	N° OPENRUNNER: 7020417 // cliquer ici Cierrey - Gauciel - Sassey - Le Boulay Morin - La Chapelle du bois des Faux - Verdun - La Vacherie - Houetteville - Feuguerolles - Villettes - St Aubin d'Escroville - Le Mesnil Broquet - Ste Colombe la Commanderie - Le Tilleul Lambert - Ormes - Ferrières Haut Clocher - La Bonneville - Arnières - Navarre - Bld des Citées Unies - Bld du 14 juillet - Le long Buisson - Le Coudray - St Aubin - Cierrey	81	2	3:30	3 denivellé 595m	7-juil-19
	Féminines						
Départ 9 H 00	59 4	N° OPENRUNNER: 16466193 // cliquer ici Cierrey - Le Breuil - Sassey - Le Boulay Morin - D10 - Caer - Normanville - Tourneville - Le Mesnil Fuguet - Gauville - Rond point RN13 Parville - Caugé - La Bonneville - D129 - Arnières - Navarre - Bld cité Unies - Long Buisson - Le Coudray - St Aubin - Cierrey	59			2 denivellé 386m	

Dimanche 30 Juillet 2023 Départ 8 H 30	<i>Masculins</i>						
	222 2	N° OPENRUNNER: 7016563 // cliquer ici Cierrey - La Trinité - Cracouville - Guichainville - Bérou - Les Ervolus - Garel - Les Baux Ste Croix - Rte de Breteuil - intersection D55 - D655 - C7 à gauche - Le Chesnay - Condé Sur Iton - Blandey - Roman à Gauche - C9 - Le Plessis - Vaux - Le Roncenay - Le Sacq - Le Buisson Chevalier - Thomer la Sogne - Le Failly - Jumelles - La Foret du parc - Buisson Garencières - Garencières - Le Val David - Le Bois Bercher - Cierrey,	83	3	3:30	1 denivellé 515m	7-août-22
Départ 9 H 00	<i>Féminines</i>						
	222 3	N° OPENRUNNER: 10969126 // cliquer ici Cierrey - La Trinité - Cracouville - Guichainville - Bérou - Les Ervolus - Garel - Les Baux Ste Croix - Rte de Breteuil - Vilalet - La Bochette - Avrilly - La Perruche - Jumelles - La Foret du parc - Buisson Garencières - Garencières - Le Val David - Le Bois Bercher - Cierrey,	54			3 denivellé 375m	24-avr-22